# 易经感悟人生 读周易感悟(5篇)

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2024-07-25

*当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得感悟，通过写心得感悟，可以帮助我们总结积累经验。我们如何才能写得一篇优质的心得感悟呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得感悟范文，我们一起来了解一下吧。易经感悟人生 读周易感悟篇一实...*

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得感悟，通过写心得感悟，可以帮助我们总结积累经验。我们如何才能写得一篇优质的心得感悟呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得感悟范文，我们一起来了解一下吧。

**易经感悟人生 读周易感悟篇一**

实际上，当你真正了解了咱祖上留下来的这部神奇的宝典以后，就会晓得，它的用处远不止于此。像算命、起名这些个事事呀，都是它的少用，而它的那些个大用处，早被运用得四处都有，遍地都是。譬如，中医就是运用《周易》的道理来治病救人的。因此，唐代大医孙思邈才说：“不知易，不足以言太医。”再如，现在商界正在热心研究的那部《孙子兵法》，也是用《周易》的道理来作就的。还有，像今天这个信息时代人们一时都离不开的那个计算机的原理，它也是德国数学家莱布尼兹于早年间从《周易》里找出来的。甚至，就是马列主义哲学的鼻祖，都是咱祖上留下来的这部《易》。所以，在清朝人编的那部大书《四库全书》的《提要》里赫然写道：“易道广大，无所不包，傍及天文、地里、乐律、兵法、韵学、算术，以逮方外之炉火（炼丹术），皆可援《易》以为说，而好异者又援以入《易》，《易》说至繁。”这《周易》，老早就被认作群经之首，众学之源。可以说，没有《周易》为主的先人的这些大智大慧，便没有几千年的中华文明；没有这部《周易》，世界就会缺掉不少光明。

因而，南宋理学大家朱熹在他的《观书有感》一诗里感叹道：“半亩方塘一鉴开，天光云影共徘徊。问君哪得清如许？为有源头活水来。”大体意思是，您都来望望那半亩方塘呀，就似一面刚打开的镜子一般，天光云影在里面漂移徘徊，无休无止，酷毙了哇。可俺问问你，你说它这是从哪来的如此清澈的一汪水呢？告诉你吧，那根本原因呀，就是因为它源头上有不尽活水在源源不断地淌进来哦。中华文明为啥能源远流长，日新不息？这就是因为在它的源头上，有像《周易》里的那些大智大慧之活水在源源不断地往里一个劲地流淌啊。

那么，今天咱们来翻这部《易》，你道它能淌出些什么水来？或者直截了当地说，今天学习《周易》能有些个啥用处呢？

你瞧瞧呀，几千年前的孔子、孟子都活到七八十岁上，可现如今的人，不少正活在个四五十岁上，还没活够呢，好端端地竟就长出个毛病来死球了。按说现在人的生活水平、医疗水平都提高得不得了，本不该这么老早就回去了。可这到底是为啥呢？诸如这类问题，在《周易》里就有圆满的解析。再比如，人们都感到现代企业管理理论几年就要更新一次。一个学管理的大学生举尽吃奶之力才好歹闹得个鸟大学来上。可还没等他毕业呢，俺娘喔，原来他学的那些个的熊东西，就大部分都不中用了，就都被更新没了，你说这个大学，这不就白上了嘛。真能活活郁闷死个人。若要问，在管理上有没有永远更新不掉，永恒不变而老是管用的东西呢？当然有。就在这个《易》里，它讲的便净是些个千古不变的东西哩。

当今世界，随着现代科技进步和工业的迅猛发展，已经给人类居住的这个世界造成了诸多严重问题。像空气严重污染，世界性水源危机，森林惨遭毁灭，物种不断减少，臭氧层变薄，到处都在研制原子弹，满世界的人都在被核武器吓得尿裤子等等这样一些灾难性的问题，时刻都在困惑着人们。你说，面对人类发展遇到的这些难题，该咋办？你是不知道，在这个《周易》里，便有解决这些问题的那些个大智大慧呢。因此，1988年，世界上76位诺贝尔奖金获得者聚会时共同指出：人类要在21世纪生存下去，必须回到2500年前，去吸取咱老乡孔子的智慧。孔子的智慧，主要就集中在他为诠释《周易》所作的《周易?十翼》里。

总之，咱们祖上给咱留下来的这部《周易》呀，它大可安邦治国，让天下一派繁荣昌盛，小能安身立命，使一身长命百岁。它的大智大慧足能让每个人，让全人类，稳步走进那种无过错的崇高之胜境。所以，欧洲世界著名心理学家荣格（）说：“如果人类世界有智慧可言，那么中国的《易经》，应该是唯一的智慧宝典。我们在科学方面所得的定律，十有八九都是短命的，只有《易经》沿用数千年，迄今仍有价值。”

一句话，祖上留下来的这部《易》，你就放心大胆地去使劲学吧，敢保你今天学了立马有用，明天再学长远管用，天天学来不散伙呢，一辈子都受用。假如天下人都能天天闷起头把个《易》来学呀，我操，整个人类便会步步走向未来那一片光明，最终稳步趋向永恒哇！

把话说到这，可能有人就要问了，这部神奇的《周易》它是啥人什么时候创作的呢？

据考证，《周易》的第一位作者是伏羲。有专家说伏羲距今已有七千多年，而殷旵先生认为，伏羲距今至少也有八千年的历史了。相传伏羲和女娲都是华胥氏的儿女，华胥氏是中华民族的始祖母。华胥氏时期已进入新石器时代，那时就有了彩陶、网罟、结绳记事等这样一些人类文明的萌芽。后来，伏羲“仰则观象于天，俯则观法于地”，于是就作出了个《八卦》来。这《八卦》就是常说的那部“无字天书”。它里面没有文字，只有三条爻组成的一些三画卦，也叫八经卦。八经卦啥模样？你抬起只手，伸出中间那三根指头往脸前这么一横，哎，这就是三画八经卦乾的样子了。关于八经卦，后头咱还要仔细说，这里就先把它放一放。

在伏羲氏作出八卦以后的漫长岁月里，人们就对这个《八卦》进行了反复不断地推演，后来便演绎出了各种不同的《易》。据《周礼》记载：“太卜掌三易之法，一曰连山，二曰归藏，三曰周易。”说是这个《易》喔，在那时代的“太卜”手里掌握着三种方法不同的《易》：一是《连山易》；另一种是《归藏易》；第三种呢，便是《周易》。到如今，《连山易》已经完全失传了，《归藏易》还剩下个残本，就只有这个《周易》，被完整流传下来。现在人们所说的《易经》（也简称《易》），一般就是指这个《周易》咯。

你要问，这《周易》是谁作的？它是三千多年前周文王姬昌和他儿周公旦父子俩依据伏羲《八卦》而作。周文王，姓姬名昌，当时称周伯。他因为见商纣王做事不义，便叹了口气。只因叹了这口气，就为那鸟操的小人所害，被商纣王囚禁在河南羑里，一囚就是七年（也有说是三年的）。在七年监禁生活里，他天天吃饱了却捞不着别的营生做，于是便把那不尽的精力全都用在演这个《易》上了。演来演去呢，哎，最终就将伏羲所画的《八卦》两两相重，重叠成六十四别卦，并为各卦都作上了《卦辞》。周公姓姬，名旦，是周文王第四个儿子。他继承父志，又为六十四卦每卦的六条爻，一一都作上了《爻辞》。这样，一部既有卦画又有文字的图文并茂，象意兼参的经典《周易》，便被人家爷俩就这么料治出来了呢。

《周易》作出来一千多年之后，就传到了两千五百多年前的孔子手里。孔子，名丘，字仲尼，山东人，正好与俺是老乡。俺这个老乡孔夫子呀，他是年近半百时，才碰上的这个《周易》。他一见这个东西呀，便俩眼放光，如获至宝，只恨相见太晚。所以，他晚年研易，如饥似渴，一溜烟地就把个《易》读到了个“韦编三绝”上。

啥叫“韦编三绝”？原来，孔子那时的古书是写在竹简上的，每片竹简之间呢，又都是用牛皮绳串联着的。“韦”，就是编连竹简用的牛皮绳子。“韦编三绝”即是说，孔子他老人家读《易》读得那个用功呀，你是不知道，他把个竹简《易》翻来复去地读个不停，连那牛皮绳子都搬弄断了无数次，还都止不住啊。你说他这种学《易》的劲头子有多大？咹？简直就是没法说了。“三”，在此为数词虚指。其实就是指那牛皮绳断了不知是多少次。

正因为孔圣人潜心参悟，所以，他深有体会，最终就带领着他那拨弟子，为这部《周易》写下了十部大《传》。这就是人们常说的《十翼》，也叫《十传》。这《十翼》，用今天的话说，也就是孔圣人学习《易》经的十部心得体会喽。

在《周易》的经文里，原本就只有卦画和周文王的《卦辞》及周公的《爻辞》。经俺老乡孔子为它作了《十翼》之后，这才完成了现在咱们看到的这部《周易》全书。《周易》全书完成以后呢，《周易》就分为“经”和“传”两大部分了：六十四卦的《卦画》、《卦辞》、《爻辞》是“经”，孔子解释“经”文的《十翼》呢，便是“传”了。俗话说“名不见经传”里的这个“经传”，它就是这么来的。

孔圣人为《周易》写下的那十部大《传》，也即是这《十翼》，它们都是些啥稿呢？这《十翼》里面，一部是《文言》，分前后两节，主要诠释“乾”、“坤”两卦，前节称为“乾文言”，后节叫“坤文言”。为便于阅读，常被人们分开，放在乾、坤两卦的腚后头。

第二部是《彖传》。也分上下两篇，共六十四节，分别解释六十四卦的卦名、《卦辞》和卦体，分析每卦的卦德和卦才。东汉末年，也被人拆开来，分别拴在了六十四卦各卦的卦后，成为各卦后头“彖曰”的那一部分。

第三部是《象传》。《象传》除了分上下两部分外，还分“大象”和“小象”。“大象”，从六十四卦的卦象来体会为人处世的道理；“小象”，则进一步分析每一爻的爻象所象征的道理。汉魏以后，又让人拆散开分置于每卦及各爻之下，成为“象曰”的那一部分。

第四部是《系辞传》。这《系辞传》呀，可不得了。你参悟起这个《易》来，要是不仔细将它来看看，就想把个《易》悟出个道道来，啊哟，那简直就同与虎谋皮一般，根本就没有门儿。所以，《系辞传》历来都被当成悟《易》的金钥匙。《系辞传》，也分上下两篇。

第五部就是《说卦传》；第六是《序卦传》；第七是《杂卦传》。

以上，《文言》、《说卦传》、《序卦传》、《杂卦传》各一篇共四篇，加上《彖传》、《象传》、《系辞传》各上下两篇，合计六篇，总共是七种十篇，合起来就被称为《十翼》了。

“翼”是啥？“翼”，就是翅膀。《十翼》咋讲？这就是说，孔子那十篇大文章喔，就像给《周易》安上了十只大翅膀一样。你想想，“鲲鹏展翅九万里”的那个鲲鹏，一呼扇翅膀就是九万里，而它所依靠的，不过也就是翅膀一双，可俺老乡孔圣人，用了二十多年的功夫，一股作气便给这《周易》装上了五双大翅膀，你说这《周易》，它不就不得了喽嘛。可以说，正是仰仗着这五双大翅膀，它才飞抵了那个神而又奇、千古不朽之境的啊。不用说，它还行将世代普照，万古流芳。所以说，不是俺吹，这个《十翼》哟，它的那个贡献，确乎是大得太粗了哇。君不见古人早就有诗道：“天不生仲尼，万古如长夜。”

你道为啥《归藏易》没有流传好？《连山易》已经完全失传？就只有这个《周易》才一直流传到如今？那主要原因，或许就恰在没有人给前头那俩《易》安翅膀哦。

东汉史学家班固在他的《汉书?艺文志》里说，这部《易》呀，它是“人更三圣，世历三古。”同时代的大经学家郑玄也说：“易历三圣，世历三古。”意思都是说这个《易经》的成书呀，它经过了像伏羲氏、周文王、孔子等等这样一代又一代众多圣人们的撰修，历时上古、中古、近古这样一古又一古悠久岁月的锤炼，尔后才精化出了这本富含人类无穷大智大慧的无比神圣而又弥足珍贵的天下第一奇书。今天，人们砖头厚的书几个月就可拼凑作就。偶有用个十年八年写成的，喔唷，那便不得了，就成经典咧。可与这个《易经》比起来，俺娘喔，这不就是马尾栓豆腐，提不得了嘛。

这里俺向你说道的是《周易》的“经”和部分“传”，也即是周文王的《卦画》、《卦辞》与周公的《爻辞》，还有被后人拴在卦、爻后头的《彖传》与《象传》，另外，还搂草打兔子，随便捎上了个《文言》。

下头，咱就闲言碎语不多讲，单侃那个“好汉武松——武二郎”。

**易经感悟人生 读周易感悟篇二**

一、选课感悟

二、学习《周易》感悟

三、感悟人生

选课感悟：

在我报选这门课程之前，我对周易可以说是一无所知，没有真正的了解和学习过，只是在电视、书籍中听到或看到过，一直觉得很神秘，唯一的感觉就是直接把“周易”翻译成“算命”、“风水”。看到学校公选课上开设了这门课，很是激动，所以我抱着想学习周易那种能预知未来的神奇力量的好奇心和对风水之说、还有周易与中医学的联系，报选了刁老师的这门 《周易与中国文化》。

等到真正进入课堂后，老师滔滔不绝地讲述它的起源、它的历史、它蕴含的深层的哲理，我才开始慢慢走进周易精彩的世界，才明白单纯的把周易理解为算命，实在是泯灭了它的博大精深。我发现我一下子就爱上了里面的东西：警句，哲思，教化„„惊叹于它一整套庞大的系统：卦象，六十四卦的卦义，与金、木、水、火、土五行的对应，与天干地支的对应，与中医中人体器官的联系„„总之，我是被它的魅力所吸引了，在课后空余时间我又多出了一项新的爱好，了解周易，体会周易、感悟周易与人生。

但毕竟是刚刚接触不久，我能力有限不能一下子把那么深奥的学问研究透彻，下面简单的结合老师所讲授的和我自身的理解谈谈我眼中的周易。学习《周易》感悟：

《易经》是我国一部最古老而深邃的经典，对我国几千年来的政治、经济、文化等各个领域都产生了极其深刻的影响。据说最早是由伏羲氏创立先天八卦，到周朝周文王创立了后天八卦，推演出六十四卦，并写了每一封的卦辞称为《周易》，它在古代的时候是帝王将相必学必懂的哲学，被誉为“群经之首，大道之源”，是我们华夏民族五千年智慧与文化的结晶。

《易经》里的思想已经渗透到我们中国乃至世界人民生活的方方面面，虽然我们平时很少有人会意识到这一点，但事实确实如此，孔子就说过人们“日用而不知”。今天我们生活中常常说谁阴阳怪气，谁又变卦了，或者常用扭转乾坤，自强不息，厚德载物，另外还有否极泰来，还有乐知天命，物极必反之类的口语和成语。

《周易》：“易有太极，太极生两仪，两仪生四像，四像生八卦，八卦定吉凶，吉凶成大业。”表达了这样的一种思想：宇宙之间先是有太极，太极产生了两仪，即阴与阳；阴与阳又产生了四象，即老阴、老阳、少阴和少阳；四象又产生了八卦，即乾、坤、离、坎、震、巽、艮、兑的卦。这八卦就是用来判断吉凶，确定吉凶之后则可以从容应对，从而使人生少些挫折多些顺利。现在我知道这并不是迷信，而是通过运用八卦预测的科学方法，推理并预测自然和人事吉凶的有关信息，使我们做到对一切心中有数，有备无患，有恃无恐。

周易卦易系统中的六十四卦，每卦都有它特定的象征意义，可以依其卦辞或者爻辞推测相应的人事吉凶和人生道理，这不仅可 以教我们如何在人生各阶段的各种情形下灵活调整自己的策略和心态,还在一定程度上帮助了我们认识自己和社会、并改造自己和社会。其中，《易经》里的乾卦就蕴含了丰富的思想,包含对人生各个阶段的探索和思考。乾卦对于我们大学生的人生发展来说有很重要的启示: 要有自强不息的进取精神, 外表从容，内心刚强;根据其发展变化要采取相应的策略,还要有大局观。

一、要有自强不息的进取精神

乾卦其卦辞是元亨利贞。天行健,君子以自强不息——乾的大象。天行健：天是云行雨施，持久的运行着。人要像天学习，自强不息。它的意思是说人一生的事业发展不会永远处于一帆风顺的状态，总会受到这样那样的挫折和影响 ,遭遇失败的时候,就要求我们在困境中要保持清醒的头脑,要有可以被消灭但绝不可以被打败的坚强意志，要善于在困境中寻找希望,捕捉机会转败为胜。我们大学生在进入社会后,每个人都是有机会的,但机会只会垂青那些准备充分的人。当今,大学生的就业已经不再是靠有保障的分配了,所以我们更需要一种踏踏实实肯干的心态, 一种不屈的精神,来追求自己的人生价值，来实现自己的人生目标。

二、要顺应事物发展各个阶段的客观规律

乾卦中的六爻爻辞,以龙作比喻，因为龙神通广大，无所不能，希望人能象龙一样。从潜龙、见龙、惕龙、跃龙、飞龙、亢龙的历程,来比喻我们人的一生的各个阶段及处境。这对我们大学生把握整个人生大局,有很好的启示和警醒作用。初九的爻辞是潜龙勿用：龙潜伏着，不要有所作为。这就好比我们在校的大学生正处在求学阶段,必须明白现在是应该认真学习、积蓄力量的时候,这个力量不仅包括广博的知识内涵,还包括超人的勇气和胆量,好为以后闯荡人生积累资本。千里之行,始于足下。这个阶段一定要踏踏实实学习,一定不能好高骛远,去做一些不切实际、操之过急的事情。

九二的爻辞是见龙在天，利见大人：龙到地上来了，本事开始要表现出来了。我们即将从校毕业进入社会了，所以需要多参加社会实践,接受各种磨练,培养出一种积极又从容不迫的态度来迎接社会的挑战。这就要求我们不仅要努力成为千里马,还要做善于展示自我的千里马。

九三的爻辞是君子终日乾乾，夕惕若，厉，无咎：君子白天勤奋不已，晚上还戒惕谨慎，有危险但没有灾难。叫君子是因为刚开始还没有地位，大人是有地位的。这个阶段要锻炼再锻炼，提升再提升，还要有忧患意识，有点点成就要珍惜，并争取再上一层楼。

九四的爻辞或跃在渊，无咎：在此阶段,上不在天,下不在田,处在中间人的位置，已经进入梯队,但是还没有稳定的位置,要么升上去，要么掉下深渊，因为越往上挤空间越小，难度风险越大，所以随时都有可能被别人取而代之。处在这种位置,要戒骄戒躁，再接再厉。

九五的爻辞是飞龙在天，利见大人：龙飞到天上了。是指当事业进入高速发展的时期如果过于高调,实力不济,容易受到猜忌、打击;如果太过沉潜,则聪明才智又无法发挥作用,所以一方面努力不息,一方 面又必须沉默观望不敢大意。好比当领导与下面的下属是管理与被管理的关系，水能载舟也能覆舟，所以要适可而止。

上九爻辞是亢龙有悔：龙飞太高已经有所懊悔，“亢”是极高的意思,龙飞得过高,再没有上升的空间,而后悔先前不知收敛，事业发展最辉煌的时候，人们心中的傲气也越来越高,忘了谦虚,容易犯一些错误。这是乾卦最高的也是最后的一爻,已经到了极点,根据“物极必反”的原理,上九的位置虽然在九五之上,但是还不如九五好。这就好比我们人生或事业处在这个阶段,应该居安思危,否则很有可能乐极生悲。所以我们应该时刻告诫自己,防范过早的向衰退的方向发展,并且还要为将要出现的衰退局面做好心理准备，以便淡定自若的进入晚年,享受生命落幕前的平静生活。

另外，乾卦还加了用九：群龙无首,吉。《周易》把这种“群龙无首”状态归结为新旧事物的更替，就是说这是一个旧的事物开始慢慢灭亡,新的事物开始逐渐诞生的交替时期。一方面灭亡好像是灾祸,但另外一面从一个新生事物的诞生来讲,就意味着好的发展。所以《周易》乾卦,无时无刻不阐述着深刻的人生哲理。

整个乾卦,从初爻到上九就像是一个人心智逐渐发展成熟的过程，贯穿着自强不息的进取精神。对我们大学生的教育意义就是明白在自谋职业的时候,社会更需要人格健全,坚持不懈，努力奋斗，不断进取的人才，所以我们要朝着这个目标去发展去提高和完善自己。

人生感悟：

自古以来,万物都在不断变化之中, 危机与机会并存,吉与凶并存。万事只要我们能够把握好分寸,做到勤奋谦卑，很多时候还是可以化险为夷,从容地在危机中捕捉到新的机会来改变困境的，相信人定胜天。

周易虽说只有那么薄薄的一本，但它并不只是一本占卜书这么简单，是我们祖先千年前的智慧，它的精髓是一种对人生和世界的哲理性的思考，包含对人生、社会哲理的探索和挖掘，它教我们如何把握人生各阶段的处世策略和心态,帮助我们达到理想的人生状态，并且引导我们健康人格的形成与发展。它虽古老但仍然有强大的生命力和至关重要的意义，值得我们去学习研究，去传播弘扬！

**易经感悟人生 读周易感悟篇三**

余萌读《易》之念时日久也。无奈彼时余之文底浅薄，且不能悉心于其浩然之精神，而唯恐弗能解其深邃，心犹未决也。或时亦手持《易》卷，默然翻阅，虽付之以殷勤，然则余之心弗能静，神弗能定，终不能有所成也。固郁郁然似有所失。

今岁暑期，余无心于它，寻陋巷以供读书之所居。简而狭隘，暗而阴敝。为余之书斋也。是时也，终日足不出户，以书为友，乐而忘蜀，清静自然。前十日阅《道德经》一书，亦颇以为然也，然并未以此而自足矣。乃后，余聚精会神，一丝而不苟，始读《周易》，凡二十余日，身临其间，不胜惬意。其中自有以吾之所学不能解其意，晓其理者，不可胜数矣！然则以余之所学，而幸能解其一二者，吾亦不胜欣喜也。何为欣喜以至此焉？曰：“《易》之时义大也哉！弗可违也，吾辈之所能窥者，唯其脊项也，虽此，余之受教，毕生用之而不可穷尽矣，大哉《易》也！”

《易》之成书今不可详也，其年代，可追及成王之时。溯其作者，今之众言不一，唯信伏羲氏始画八卦，文王推演至六十四卦，其中续作者不可详及也，及至仲尼作十翼，由是以成。然而各执一词者多矣，余亦疑之。

《易》之其书若何？或曰，龟蓍之物，鬼神之书，迷信之篇，非也。自古至今，成大德，立大业而未有不读《易》者。余虽不才，学识浅薄，愿谓之曰“古今经典之鼻祖，华夏文明之精髓”而胜似者未之有也。奈何有谓之为谶言鬼神之书者，其心何其偏邪。余曾言曰“若为一事，其志不同，则为事之得失亦自异也”读书亦然，心志存异，悟必存异。以此而观谶言鬼神之说者，自明乎其理也，则君子不屑以顾。

自《易》之于世也，君王贤者莫不倍崇之。其意利于世也，然亦非利于世欤!利君王之治世，利贤者之修身，利庶民之明理，亦利人之观天象四时万物之变也。余性愚钝，比于贤者而不及其万一也。吾之读《易》诚与贤者同，修身而已矣。见利忘义吾不敢有，见贤思齐吾必奉之而行之也，未敢稍有亵怠。《易》之情也博大，之神也精深，之意也中正，之理也深邃。《易》也，巍巍如泰山乎！皑皑似红日乎！迢迢如江河乎！滔滔似大海乎！然也，其如泰山之巍然而不偏不倚；似红日之广怀而普济众生；如江河之坚贞而不声不息；似大海之浩瀚而容纳百川。故曰，《易》之情大矣！

今余不才，然读《周易》，虽不能深解其意，或亦有感而发者数言，吾不及贤哲诠《易》之深远。然亦有余以为可取者也。吾之读《易》而有感者，斯有八矣，一曰；“持守中正”二曰“谦逊得体”三曰；“外柔内刚”四曰；“诚德待人“五曰；”知足常乐“六曰:”慎始至终“七曰；凡事有度，八曰，”未雨绸缪“此八则，余今试以一一而述之，虽纰漏之言，然亦肺腑，余之笨拙，抑或斯有可取者也。

其一曰:“持守中正，不偏不倚”。人之于世，必立于德行，然德中而行正者，夫唯心秉中正也。何为中正欤？中者，中庸不极，益损有节，正者，刚正不阿，曲直有则。二者贯于心，汇于神，而诸于行，是谓中正。夫四时是以为则，庶人是以为则，天地万象是以为则。抑或有声色犬马之享不及于人者，君子终无悔也。

其二曰；“谦逊得体，不骄不躁”。谦逊者，夫人神之所共奉者也，心谦逊者可为学，为学方知礼仪，知礼仪则举止大雅，君子之风也。何为得体？顺而不骄，逆而不躁，持而不有，功而不伐矣。固曰“人之于居也谦逊，唯谦逊可戒轻浮，轻浮戒乃弗为骄躁也”。夫人也，其

有所好，亦有所恶，好谦逊者明也，然好谦逊而能戒轻浮骄躁者，智也，仁也，通达也。

其三曰；“外柔内刚，不卑不亢”。外柔以谦和，平易以近人，虽好勇而有方也，穷兵黩武则不处。自内以刚健，之于心于己也，阳刚以束己之言行，虽困境而不屈，虽强权而不畏。近于於泥而不污，几于声色而不为之所动也。有言曰“虽袒裼裸裎于我侧，尔焉能浼我哉”亦此之谓也。外柔平和以待人，内刚强健以律己。如是，则可不卑于己，不亢于人也。

其四曰；“诚德待人，不欺不悖”有言曰“与人交而信乎”信既诚，诚于心也，以诚处事，事竞成矣。以诚待人，人亦以诚待之，为世以德，德莅于人，莅于事。其自感恩而戴德，必涌泉而报之。然君子既施于人则无望人报之也。固诚德与人处，唯吾不欺于人，不悖于人而已矣。或人有悖于吾，予亦不尤人也。退而思己之不足，曰“予之于人诚乎”。

其五曰“知足常乐，不奢不欲”。知足者常有，知足者常乐，知足者不殆，何谓知足欤？然知足之义也大矣，简言之曰“窒欲”，人恒无所欲乎？非也。“五色令人目盲，五音令人耳聋，五味令人口爽，”此皆人之所欲也。所欲有让人意乱神迷，致万劫不复者。君子知其乱志惑心，而节之，窒之。夫唯不奢，而后无欲，夫唯无欲，而能知足，夫唯知足，方能无咎。是以贤者，箪食壶羹，曲肱而枕，虽居陋巷，不改其乐。其知足无所欲也。无所欲则不与人争，夫唯不与人争者，人莫能与之争，是以不殆。曰“罪莫大于可欲，祸莫大于不知足，咎莫大于欲得，故知足之足，常足”。

其六曰；“慎始至终，不浮不切”。慎也者，曷？曰：“如履薄冰，如临深渊”战战兢兢是也。其始也慎，终也以慎，而无后忧也。然何以为慎焉，而无忧欤？人立世也，恒能顺而安哉，尚天阳而不以阳，地阴而不为阴。乾坤即有不测，况人乎！君子处之则泰然。无它，其心不急，不切，不倨傲，沉稳细腻以应之。其行不躁，不浮，不虚华，端庄持重以应之。是以君子处泰然矣，故曰:“慎者知也”。

其七曰：“凡事有度，不盈不益”。行有度，欲有度，情有度，无不持之以度，天之于四时以月度之，则人之于七情以中度之。水满则溢，月满则盈，是以持之以度也。何为度，度者无过矣，莅中正也。虽有利不苛得，阖乎义吾取之；过之则邪，邪则不正，不正则失道，失道者其必殆。故曰；凡于事者，不使其过甚，能而谦让之，不使盈溢者，其无咎矣。是以君子无不以微明处之，其曰“数罟不入洿池，鱼鳖不可胜食也；斧斤以四时如山林，材木不可胜用也”。

其八曰：“未雨绸缪，不驰不懈”昔有言曰，居安而思危，居富而思贫。人之于世，无不有防范于未然也。月有阴晴圆缺，人亦有旦夕祸福，祸兮福所依，福兮祸所伏，此之谓也。然人之处于安乐，惛惛乎终日，飘飘然也，不知其极。失意则消沉迂隳，得志则目空万物，不知恭谨俭悫，恣意妄为，肆无忌惮，此人之通病也。其唯不知，乐在其中，祸已渐至。是故未雨绸缪之意深矣，唯能弗弛懈其言行举止者得免焉！生于忧患，死于安乐者是也。

凡此八则，余之以为至臻也。

余之处于世也浮夸，为学也急躁。余自幼至今，过不可胜数。究其源，唯余之不学无术也。不学而不知礼义是非曲直，不分忠信廉耻仁爱。荒诞二十余载，而不知己之荼毒已深。及今痛惜之情不可溢矣，悲哉！吾之过甚也，昔时浑然而不知，罪莫大矣。

吾闻先贤之言曰“过而改之，善莫大焉”故余之于此而抉学，自《易》始。余所举《易》者，唯上之八则也，今吾以此为铭，当毕生奉行之，终而不渝。

誓此。

**易经感悟人生 读周易感悟篇四**

人

生

思

辨

之一：得与失

人生一世，总与得失相伴，总会有得有失。此乃人生法则，既不青睐富贵，也不鄙弃寒门，平等博爱众生。

有得必有失，有失才有得。无论赛场上的冠军，还是商场上的赢家，或是职场上的精英，每个成功者在搏得掌声、笑声和鲜花的前前后后，无不付出了许许多多的汗水、泪水和艰辛。此之谓：天上不会掉馅饼。梅花香自苦寒来。一份耕耘，一份收获。种瓜得瓜，种豆得豆。所以，除非你不想“得”，否则就别怕“失”。如果你种的是“豆”，就别指望得“瓜”。倘若你根本没有付出，就更别奢望有啥回报。得来全不费功夫之所得，得之偶然，失之必然，早晚得而复失。

得从失中来，有失总有得。今天的事业有成，离不开昨天的含辛茹苦；现在的辛勤耕耘，孕育着未来的丰收在望；或许你破费的是钱财，换来的却是平安；或许你牺牲的是自我，赢得的却是人心。正所谓：风物长宜放眼量。苍天不负有心人。失之桑榆，收之东隅。塞翁失马，焉知非福。生活对谁都是公平公正的。只要你肯付出，终会有所回报。该你失的得不到，该你得的失不了。此处如有所失，彼处必有所得。即使是煮熟的鸭子又飞走，总有一天飞回来，失后仍可复得。

得失难两全，取舍须三思。你如向往佛门净地，就别留恋人间红尘；你如远离城市喧嚣；就别羡慕灯红酒绿；你如渴望金榜题名，就得经受寒窗之苦；你如崇尚独身主义，就得忍耐孤单之寂。此之谓：月有阴晴圆缺时。甘蔗没有两头甜。鱼与熊掌，不可兼得。得失无情，取舍有义。你可以放弃眼前利益，不可放弃人生追求；你可以不要名利地位，不可不要人格尊严；你可以失去荣华富贵，不可失去人性良知。倘若对不该失去的随意舍弃，那才是真正的得不偿失。

得失寻常事，天理不可违。你越是不计得失，勇于牺牲，乐于奉献，往往社会越是给你丰厚回报；你越是得失坦然，荣辱不惊，去留无意，往往生活越是让你得失相当；谁要是患得患失，斤斤计较，锱铢必争，十之八九“万般自作由自受，竹篮打水一场空”；谁要是贪得无厌，得寸进尺，得陇望蜀，早晚将会“一失足成千古恨，无奈走上断头台”。此之谓：人算不如天算，天理不容人欺。得道多助，失道寡助。善有善报，恶有恶报。

人生得与失，无非名与利。“天下熙熙，皆为利来。天下攘攘，皆为利往”。尽管司马迁老先生早有此言在先，但功名利禄终归是身外之物。生不带来，死不带去。得之不易，失之不难。因此说，芸芸众生虽未必都能成为不计个人得失的圣贤，但为人处世起码还是不要把名利看得过重，不应该更不必终生为得失所累。须知：坦然面对得失，得之不喜不狂，失之不悲不惜，一切顺其自然，一生沉浮自如，这同样也是一种难能可贵的生活态度，更是一种并非谁都可以达到的人生境界。

2024年8月4日

之二：生与死

人世间最为珍贵的无疑是生命，最为恐惧的莫过于死神。一个生命的如期而至或是奇迹生还，可让众人兴奋不已惊喜若狂；一次死神的突然光顾或是如期降临，能让众生惊恐万状悲痛欲绝。然而，“生与死”却始终如同日出月落斗转星移一般，从不因为人们的喜怒哀乐悲欢离合而有丝毫改变。

人的生死存亡，本是一种自然现象，也是一种必然规律。十月怀胎，一朝分娩，人之“生”犹如春暖花开瓜熟蒂落；元气离去，寿终正寝，人之“死”如同烟消云散油尽灯灭。所谓“生不由己，死不由人”，皆因人类得以繁衍生息的自然法则使然。所以，你可以因酷爱生命而暗暗“贪生”，但不必为恐惧死神而惶惶“怕死”。你可以因生死由命而视死如归，但不该为命不当死而随意轻生。你可以因人生短暂而格外珍惜生命，但不可为贪生怕死而幻想生命无期。你可以注重养生之道试图延年益寿，但不能奢望永远长生不老果真寿比南山。须知：生死相随，存亡相依。任何人在其出生之时生存之日，死亡已经同步渐渐走来悄悄临近，只是死期或早或晚亦即生期或长或短而已。

所谓人生苦短，并非只是人的生命周期过于短暂，其实生命过程本身就相当艰辛艰难。芸芸众生须为生存生态而奋斗，为生活生计而奔波，为生产生物而劳作，为生意生财为费心，为生育生长而受累，为生气生病而烦恼……因了一个“生”字，才生生不息出人类社会这个有苦有乐亦喜亦悲的斑斓世界。也正因为人生短暂人生艰难，所以我们活就要好好活着，死也应死得其所。倘若为实现人生价值和人生追求而活着，生命不息奋斗不止，自会活得充实活得精彩，纵然死去也会死而无憾；倘若是因为人性丧失和人格变态而死去，生灵涂炭作恶多端，自是死不足惜死有余辜，即使活着也是罪该万死。如果全然不顾人生意义和人生尊严而醉生梦死，活着自是苟且偷生，死去自会死不瞑目。这个中的辩证法并不复杂，诚如雷锋日记所言：“人吃饭为了活着，活着不能仅为吃饭”。亦如臧克家诗中所写：“有的人活着，他已经死了；有的人死了，他还活着”。

人的生命是脆弱的，因之脆弱才更显得宝贵；人的生命是顽强的，因之顽强才更值得珍爱。“5.12”这场突如其来的汶川大地震，举国上下这场以人为本的生死大营救，不仅让炎黄子孙经受了一场前所未有的精神洗礼，也使华夏儿女对于生死存亡的认知认同达到了空前统一。诚然，危难之际生死关头确有一些人本能地选择死里逃生或曰贪生怕死，但更多的同胞则是英勇顽强地在与死神拼搏较量抗争。从十五位空降兵的视死如归神兵天降，到十三万子弟兵的出生入死冲锋陷阵；从数十万白衣天使和志愿者们的舍生忘死救死扶伤，到几百万灾区民众和男女老少的奋不顾身舍己为人；从成千上万生灵在废墟下的不离不弃死而复生，到近十四亿国人为死者默哀送行为生者奉献爱心……所有这一切，淋漓尽致地向世人展现了什么才是真正的人性人命人之生命，什么才是真正的仁爱博爱人间大爱，什么才是真正的民心军心万众一心，什么才是真正的国魂军魂民族之魂，自然也再一次告诫我们芸芸众生应当树立什么样的人生观世界观特别是生死观。

行文至此，如再引用“生当作人杰，死亦为鬼雄”、“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”之类的名家名言似乎已成多余。只须知道：人的伟大或卑微，在于对生与死的选择上。“生”使一切人站在一条水平线上，“死”使卓越的人露出头角来。

2024年8月4日

之三：祸与福

大概正因人生苦短生存不易的缘故，世人无不企盼幸福彼此真诚祝福，生怕运气不佳走背字遇上什么天灾人祸。我国更是有着辞旧迎新避祸求福的传统民俗，每逢除夕过年之际那些格外喜庆的福娃福字，必定醒目地张贴得随处可见家家都有。这作为一种心理诉求精神寄托当然可以理解，只是千万别指望现实生活果真福如东海灾祸全无。

天有不测风云，人有旦夕祸福。且不说一场自然灾害一个突发事件一次意外事故之类的天灾人祸，往往可在瞬间改变人的一生甚或搭上性命，即便是在风平浪静的日子里也可时常见到这样一些情景：张三去年还福星高照买卖兴隆家财万贯，今年却厄运当头赔掉屁股倾家荡产；李四昨晚还食欲旺盛生猛海鲜吃嘛嘛香，今早却上吐下泻血压飚升躺进医院；王兄年少时游手好闲惹事生非直至被拘劳教，如今他痛改前非循规蹈矩已成守法良民；钱婶多年前身患绝症悲观失望甚至几次轻生，后来她调整心态坚持锻炼至今仍然健在。如此等等，用先哲老子李耳的话讲，这就是“祸兮福之所倚，福兮祸之所伏”。按现代哲学家们的诠释，大意为“福与祸是对立统一相互作用的矛盾体，如同孪生兄弟一般时刻伴随着每个人”。照咱们老百姓的说法，这就叫“福无双至，祸不单行”“是福不是祸，是祸躲不过”。

人生旅途中的福与祸，既是一种客观存在，也可说是一种心灵感受。同是一日三餐，有人感到只要身体健康能吃粗茶淡饭就算福气，有人则觉得天天酒足饭饱顿顿山珍海味才叫口福。同是生儿育女，有人认为一只羊也是赶一群羊也是放宁可超生挨罚也要多子多福，有人则认定多生孩子多受累少生孩子少遭罪宁可断子绝孙顶多只生一个。同是祸起萧墙，有人幸灾乐祸火上浇油唯恐天下不乱，有人却是明察暗访追根求源为了防微杜渐。同是祸从天降，有人只要大难不死就自救互救以期必有后福，有人竟趁火打劫祸国殃民以至惹来杀身之祸。由此看来，福与祸本身并无定数，是福是祸全由人们自取。至于什么是祸什么是福怎么取舍，自然也只能由人们自己用心灵去感受体会品味。

大概正因为人世间事与愿违的福祸太多太多，所以什么是祸什么是福的答案也很多很多。有人品味说“想得开，看得透，就是福；想不开，看不透，就是祸”。有人体会道“没祸就是福，有福就有祸”。也有人琢磨成“知足常乐福自在，贪得无厌祸自来”。更有人归结为“吃亏是福，利己是祸；忍让是福，冲动是祸；积德是福，积怨是祸；行善是福，从恶是祸”。诸如此类虽未必算得上至理名言，但似乎仍应被我们这些凡夫俗子求福之人谨记，以免非但没有大福大贵反而招来无妄之祸。

末了还得回到开头的话题上来。无论你是在盼福求福彼此真诚祝福，还是你已经口福颇佳眼福大饱艳福不浅，无非是希望真正拥有和充分享受人生幸福。这些都是人之常情民心所向无可非议，但有一条必须时刻铭记在心千万不可忘记——无论如何不能把自己的幸福建立在别人的痛苦之上。

2024年8月4日

**易经感悟人生 读周易感悟篇五**

1、品格能决定人生，它比天资更重要。

2、年轻的时候，要尽量把根基打好，因为你不知道将来自己要长多高。

3、不要羡慕别人比你成熟，那是因为，一路走来，他们遇见的坏人比你多。

4、所谓弱者的心态，就是受到委屈和批评时渴望别人怜悯，遇到困难和挫折时容易想到投降。

5、别人不明白的时候你明白了，别人明白的时候你行动了，别人行动的时候你成功了，别人成功的时候你富有了。这就是：超常思维，先见之明！

6、不要指望对方为你付出一切，你觉得你的重量真的或者应该比父母、朋友更重要？如果说你很重要，那只是比其中一个或几个重要，但是也许在必要时她会为你付出生命！

7、时机未到时，就不要太嚣张，时机未成熟时要学会忍气吞声，毛羽不丰时要懂得让步，欲速则不达。

8、管好自己的嘴，讲话不要图一时痛快、信口开河，“良言一句三冬暖，伤人一句六月寒”，说话要用脑子，敏事慎言，话多无益，不扬人恶，自然就能化敌为友。

9、不论别人的内心多么灰暗，你的内心一定要明亮。不要用糟糕去对付糟糕，不要用灰暗对付灰暗。

10、没有乐观的生活爱都，旅游也会成为烦恼之行没有坚强的毅力，短暂的路程也会变成艰难的跋涉；没有缜密的思考，简单的问题也会成为难解之谜；没有正确的思路，再好的机遇也会付诸流水。

11、经常笑，学会对比自己年纪小的人称哥称姐，以保持年轻心态。

12、常问自己，谁的滴水之恩我还没涌泉相报。

13、房子是租来的，但生活不是。不喜欢的房子可以换，而你的生活没法选。

14、终于知道男人为什么都喜欢藏私房钱，就为了关键时候能有一次说走就走的离家出走。现在还身无分文地在街上游荡，只怪我领悟得太晚！

15、这个世界至少还有蚊子对我不离不弃！

16、一个懂你的人，能带来一段彼此愉悦的爱。一个不懂你的人，最终会让你懂得一个道理：人生中，懂，比爱，更重要。

17、明明可以靠脸吃饭，但是你要努力工作，这就是你和明明的差距。

18、夏天能把我约出去晒太阳的都是生死之交。

19、婚姻是两个人的事：我妈和你妈。20、干嘛催婚？到了婚龄就该结婚啊？难道活到平均寿命就该死吗？

21、不亏待每一种热情，不讨好任何的冷漠。

22、每个月把工资交给老婆的人，不叫发工资，叫转发工资。

23、都说天无绝人之路，可我怎么总觉得走投无路呢？先指一条爱情之路吧。

24、聪明就想内衣，你得穿上，这很重要，但你炫耀，就没必要。

25、如果我的钱能像我的肉一样对我不离不弃就好了，或者，我的肉能像我的钱一样说没了就没了也行。

26、爱吃是一种学问，是一种艺术，是一种追求美好事物的精神境界，所以别说我是吃货，叫我馋师。

27、经过仔细辨认：镜子里的我，手机里的我和别人相机里的我明显不是同一个人。

28、过你喜欢的生活，喜欢你过的生活。

29、陪伴，是两情相悦的一种习惯；懂得，是两心互通的一种眷恋。30、要相信：留得住得不需用力，留不住的不需费力。来去随缘，强求不得。

31、给每一个烦恼一段期限，在有限的时间内尽力解决，剩下的时间，请还给快乐的自己。

32、有些东西，并不是越浓越好，要恰到好处。深深的话我们浅浅地说，长长的路我们慢慢地走。

33、世界上真正的原创，只有自己的人生。

34、父母的世界很小，只装满了儿女；儿女的世界很大，却常常忽略了父母。

35、对别人冷若冰霜，只温暖你一个人的才是暖男，暖一堆人的那叫中央空调。

36、买了就买了，不要去比价；做了就做了，不要去后悔；爱了就爱了，不要去猜疑；散了就散了，不要去诋毁。做人就应该这样。！

37、不管中国还是世界，始终是一流的老板求一流的精英，没有一流的精英求一流的老板。

38、要不拘一格进人才，包罗万象用人才，忍气吞声留人才。胸怀有多大事业就有多大，境界有多高路就有多宽广。

39、儒家拿得起，佛家放得下，道家想得开。拿得起是入市的进取；放得下是出世的奉献；想得开使用出世的品，做入世的事。40、成长，我能为您做点什么——表现自我；成熟，我现在还能做点什么——完善自我；成功，您能让我为您做点什么——成就自我。

41、花开了，不一定会有结果。结果了，果实也有许多种：酸的、甜的、苦的。。

42、幸福的人不一定开心，但开心的人一定幸福。因为有些人身在福中不知福。

43、如果一个人完美得实在看不出任何缺点的时候，那就警惕他的优点吧。

44、很多本来觉得丑的东西，一旦知道是贵的，就觉得好像也不那么丑了。

45、学有度，行有疆，唯思无界。脚步不能到达的地方，眼睛可以到达；眼睛不能到达的地方，心梦可以到达。思，让平凡的人变得勇敢，让勇敢的人变得智慧，让智慧的人变得优秀，让优秀的人变得卓越。

46、行，是成功的桥梁，也是人生的价值。论先后，知为先；论轻重，行为重。行是行之以躬，是检验所学的实践，行是脚踏实地，是建功立业的奋斗；行是开拓进取，是创新创造的壮举；行是有所为有所不为，是人生目标的抵达。

47、有了书生意气，还当“击水三千”。从“学而优则仕”到“学而优则商”、“商而优则仕”，这不仅是一场必要的观念变革，也是市场经济时代大国复兴的内在需求。

48、鲁班门前弄大斧，不是哗众取宠，是为了得到高人的指点，是一种剑走偏锋的挑战和超越，对手是自己。战胜自我，就战胜了一切；超越自我，就超越了一切。

49、什么是内心强大？无论人生多么糟糕，都不会对这个世界舍弃温柔。50、哪有什么错过的人，会离开的都是路人。

51、我们经常忽略那些疼爱我们的人，却疼爱着那些忽略我们的人。

52、了解自己比了解别人更困难，喜欢自己比喜欢别人更不容易。拥有健康的恰当的自尊心理，面对挫折会表现得格外坚强。不为外界的诱惑而丢失自我，不为一时的挫折否定自己。

53、男人真正值钱的还是风度与学问。

54、当一个男人喜欢一个女人的时候，他可以为她做一切事情。

55、埋头苦干，不理闲事，是一种骄傲，并非退缩。

56、不要把丢脸的事放在嘴里咀嚼出味道来，老皮老肉的女人是最最可怕的女人。

57、目中有人，才有路可走；心中偶爱，才有事所为。

58、很多梦想，不是因为遥远而放弃，只是因为放弃而遥远。

59、成就未来的是差异，引领差异的是个性，个性从因异而争经倍遭质疑到异而不争。60、真正的领袖是有个性的，个性领袖是允许适度“肮脏”的，否则，何为领，何为袖？ 61、女人之所以化妆，是为了给男人点颜色看看。62、如果不是相互喜欢，你的痴情就是别人的负担。63、别低头，双下巴会露。别流泪，眼妆花了很丑。64、有些朋友，他不管你飞得高不高，飞得累不累，他只关心你飞得远不远，能不能代沟。65、一个人的个性应该像岩石一样坚固，因为所有的东西都建筑在它上面。66、人生就像一本书，愚蠢的人，一页页很快地翻过去，但是聪明的人，会仔细地阅读，因为他们知道，这本书只能读一遍。67、这个世界只有两种人，一种是独立思考者，另一种是想当然的附和者。前者为精英，后者为“大众人”，区别不在于禀赋，而在于对人生和周遭事物的态度。人生有无数种可能，环游世界是一种生活，柴米油盐也是一种生活。不是那一种生活比另一种生活更高贵，而是哪一种生活，更能让你得到心灵的满足和快乐。68、与人相比，我喜欢手机，起码手机会告诉我电量不足，但人总是一声不吭地走掉。69、也许现在的生活不是你想要的，但是你自找的。70、人生的经历就想铅笔一样，开始很尖，经历多了也就变得圆滑了，如果承受不了就会断！71、授人以渔，很快你就没了利用价值；授人以鱼，别人吃完了就会来哭着求你。72、心中有德，是慈悲；口下留情，是善良。把自己的日子过好，就是幸福唯一的途径。73、一个不成熟的人的标志是他愿意为了某个理由而轰轰烈烈地死去，而一个成熟的人的标志是他愿意为了某个理由而谦恭地活下去。74、人的一生，如果真的有什么事情叫作无愧无悔的话，就是你的童年有游戏的欢乐，你的青春有漂泊的经历，你的老年有难忘的回忆。75、书宜读杂，业宜精钻。76、事事只考虑自己的感受，最终会穷得只剩下自己。77、竞争不是去砸别人的场子，而是把自己的的场子搞得更精彩。78、当你战胜内心的恐惧的时候，你会得到许多以前不敢奢望的东西。79、比进入他人的世界更重要的，是打开你自己的世界。80、对职场来说，学历是铜牌；做人是银牌；态度是金牌；和别人不同的想法是王牌。81、小合作要放下态度，彼此尊重；大合作要放下利益，彼此平衡；一辈子的合作要放下性格，彼此成就。82、我们总是很容易忽略当下的生活，忽略许多美好的时光。而当时光在被辜负被浪费后，我们才能从记忆里将某一段拎出，拍拍上面沉积的灰尘，感叹它是最好的。83、真正的失望不是怒骂，不是号啕大哭，也不是冲你发脾气，而是沉默不语，是你做什么我都觉得和我再也没有任何关系。如果你苦闷得不行，就努力去爱一个什么人，或者爱一样什么东西，或者干脆就迷上什么东西。84、女人常以为男人会改变才跟他结婚，男人常以为女人不会变才与她结婚，结果他们都错了。85、很多事情，当经历过，自己就知道好；很多改变，不需要说出来，自己明白就好。86、这个人间本来就充满着阴霾，再不把幸福拿出来晒晒，日子就会霉迹斑斑。87、把小轿车作为礼物送给女人，那叫阔绰，把洗碗机作为礼物送给女人，那叫婚姻。88、同情一个朋友的苦难是任何人都能做到的，但赞赏一个朋友的成功需要具有十分出色的素质。89、这世上有成千上万种爱，但从来没有一种爱可以重来。90、做人最好的状态是懂得尊重，不管他人闲事，不晒自己优越，不说别人坏话。91、真正的修行不是逃离，不是躲避，而是欣然面对，全然接受，接受此刻你正在经历的一切好与坏。92、任何时候都可以开始做你想做的事情，希望你不要用年龄和其他东西来束缚自己。年龄从来不是界限，除非你自己拿来为难自己。93、生活如果没有眼泪，那些欢笑也就不会显得弥足珍贵。94、一个人知道自己为什么而活，就可以忍受任何一种生活。95、你现在的付出，都会是一种沉淀，他们会默默铺路，只为让你成为更好的人。96、解决问题的方法有三个：接受，改变，放开。不能接受，那就改变，不能改变，那就放开。97、身为女人，人生最苦两件事：邋遢素颜走路上遇熟人，打扮得花枝招展没有局。98、我们终其一生，就是要摆脱别人的期待，找到真正的自己。99、支撑我们变得越来越好的是我们自己不断进阶的才华、修养、品行以及不断地反思和修正。

100、人生的很多不如意，并不是你运气不好，不是你不够漂亮，不是你没有机会，而是因为懒和拖。

101、差距是这样产生的：当你在想玩什么，有人在想学什么；当你在做计划，有人已经出发；当你为上次发的失败沮丧，有人已开始下次的尝试；当你决定放弃，有人却坚信前进就有希望。

102、你不是我的菜，因为你全是肉。

103、你现在的付出，都会是一种沉淀，他们会摸摸底铺路，只为让你成为更好的人。104、不拿手机打一通长长的电话，你都不知道自己脸上有多油。105、如果你不傻，就别只从别人的嘴里去认识我。106、友谊和爱情之间的区别在于：友谊意味着两个人和世界，而爱情意味着两个人就是世界。

107、当所有人都重视我的时候，我不能太拿自己当回事；当所有人都不拿我当回事的时候，我一定得重视自己。

108、感觉离朋友最远的时候，是看见他穿着你没见过的衣服，在没有你的地方拍了照片，标注的是你不知道的事，评论的是你不认识的人。

109、在问题出现的那一瞬间，一定要控制好自己的情绪，不要发火，不要偏激，生活真的没有几件事情是值得我们搭上礼貌、教养、人品和格局的。

110、活得艰难不可怕，可怕的是活得难看，还想让别人也一样活得难看。

111、婚姻，说到底，不是一个人对另一个人的吸引，而是一种生活方式向另一种生活方式的投降。

112、懒人的烦恼：上不去的工资、睡不饱的觉、喂不胖的钱包，减不下去的腰。

113、想让女人安静下来，就用前置摄像机对准她，从而见证一秒内完成收腹、并腿、挺胸、收下巴，露出安静甜美微笑的人类敏捷奇迹。114、我们看错了世界，却说世界欺骗了我们。

115、压力源大多来自三大类：

1、对过去的懊悔，2、对未来的担忧，3、对当下的比较。116、将薪比薪，是找不痛快的快捷方式。117、男人评价女人：女人就像股票本来看好的股票买到手就一个劲儿下跌，以前看不到的弱点和缺点都暴露出来了；一旦抛出去，到别人手里又变得那么可爱 118、每一次创伤，都是一种成熟；每一次失去，都是一种获得。119、大部分名媛有个特色，她们可以接受自己的脸不是真的，却不能容忍自己的包是假的。

120、记得前几年单身还被说成是贵族的，现在怎么就变成狗了呢？ 121、有时候我们得亲过很多青蛙，才能看到王子。122、财富不是永远的朋友，朋友是永远的财富。

123、吃亏是福。吃亏是相对的，是厚道也是精明。有舍才有得。124、女大十八变，越变越随便。

125、别拿自己的懒惰当借口。别人能做到的，你就是不行。126、所谓粉丝，就是一群缺钱的人养着一群不差钱的人。

127、休假就是公司让雇员离开一段时间，提醒他们：公司缺了他们，照样可以运营。128、靠谱的人生特征大抵是六个字：言寡、体勤、心静。

129、智商决定你的下限，情商决定你的上限。你说话让人舒服的程度，决定你所能达到的高度。

130、想法太多，顾虑太多，让自己无法前进。仔细想想是自己困住了自己，是自己给自己戴上了枷锁。

131、有的事情，就是越想越气，不想就不气了。烦恼都来自执着妄想，都是自己苦恼自己。你其实没那么生气，你只是想太多了。

132、天上的星星，有时像人群一样拥挤，地上的人们，有时却像星星一样疏离。133、水深则流缓，语迟则人贵。我们花了两年时间学说话，去要花数十年时间学会闭嘴。134、不炫耀，不争吵，做一个博学的人；不空洞，不浮躁，做一个丰盈的人；即便生命枯竭，亦在优雅中变老。

135、世界上唯有两样东西能让我们的内心受到深深的震撼，一是我们头顶浩瀚灿烂的星空，一是我们心中崇高的道德法则。

136、托梦才是人类历史上最早无线通讯方式。

137、数学老师带我们在题海中遨游，结果最后他上岸了，我们都淹死了。138、我做好事从来不留名，只留名片。

139、胖子们看武侠片最爱听到的一句台词应该是那句：“瘦死吧！” 140、智慧是一种生活之道，不仅会学习，更要会做事，会做人。141、智慧的提升，决定着是否会有高品质的生活质量。142、没有永久的真理，唯有永久的谬误。

143、真理是有寿命的，唯有不断与时俱进，一旦不能与时俱进，真理的生命就将结束。144、上班是梦醒时分；下班是月满西楼；加班是千年等一回；公休是等你等到我心痛；升职是我等到花儿也谢了；加薪是想你想到梦里头；罚款是一千个伤心的理由。

145、很难有十全十美的地方，比如饭店，又好吃又便宜的饭店，往往不安静；又好吃又安静的饭店，往往不便宜；又便宜又安静的饭店，往往不好吃。146、点赞是一种非常高冷的表现方式，不给对方任何回复的机会，就只是默默地告诉别人“朕已阅。”

147、男人之间说话经常互相挖苦，但他们真的不是那意思；女人之间说话会经常互相夸奖，但她们真的不是那意思。

148、无事心不空，有事心不乱，大事心不畏，小事心不慢。

149、如果你真的愿意去努力，你人生最坏的结果，也不过是大器晚成。

150、当代年轻人的苦恼主要在于三个不足：余额不足，流量不足，电量不足。151、人家是站如松，坐如钟，行如风，你是站如肉松，坐如闹钟，行如中风。152、人生有三位最好的老师：一是兴趣，二是苦难，三是爱。

153、与其无法言说，不如一笑而过；与其无法释怀，不如安然自若。

154、真实的生活是，认真做好每一件你分内的事情，不索取目前与你无关的爱与远景，不纠缠于多与情绪和评断。不妄想，不在其中自我沉醉，不伤害，不与自己和他人为敌，不表演，也不相信他人的表演。155、据说，这是一个人最好的状态：该看书时看书，该玩时尽情玩，看见优秀的人欣赏，看到落魄的人也不轻视，有自己的小生活和小情趣，不用去想改变世界，努力去活出自己。没人爱时专注自己，有人爱时有能力拥抱彼此。

156、对内不欺心，对外不欺世，平和地活着，让生命温暖如春。

157、不懂时，别乱说；懂得时，别多说；心乱时，慢慢说；没话时，就别说。

158、人生是一场永不落寞的演出，我们每一个人都是演员，只不过，有的人顺从自己，有的人取悦观众。

159、过不去的坎别在放在心上，忘不掉的人也该告一段落，新的征途上，愿从今往后的你，别爱得太满，别睡得太晚。

160、人生最曼妙的风景是内心的淡定与从容，头脑的睿智与清醒。

161、一个人努力奋斗大多是为了实现三大追求：财务自由时间自由、心灵自由。

162、乞丐不一定会妒忌百万富翁，但可能会妒忌收入更高的乞丐。没有更高的视野，你会纠结于现在的圈子；有了更高的视野，你会把身边的人与事看淡。163、每一个在你的生命里出现的人，都有原因——喜欢你的人给了你温暖和勇气；你喜欢的人教会你宽容与尊重；不喜欢你的人，让你自省与成长 164、你说人命贱吧，可一进医院、就贵得不行。165、我收拾不了你，就只能收拾自己的心情了。166、生活就是兜圈子：老天把我们送给父母；父母把我们交给社会社会把我们仍给子女；子女把我们还给老天。

167、可恨的其实并不是小三，而是经不住小三诱惑的小瘪三。168、我把她从女孩变成了女人，她把我从男孩变成了穷人。

169、和你们那些晨跑锻炼的人不一样，我光是从床上坐起来就已经拼尽全力了。170、夜深人静的时候，我常常问自己，当初决定来地球发展，到底是对还是错？ 171、因为520除以3除不尽，所以，爱情里容不下第三者。

172、你之所以能看见一个女的女汉子的一面，是因为这个女的根本不喜欢你。173、做人要谦虚，多听他人的意见，然后认真记下来对你有意见的都是谁。174、人家都说游泳可以减肥，那你说鲸鱼怎么胖成那副德性？

175、古人目标：修身齐家治国平天下；我的目标：瘦身成家出国吃天下。176、虚度年华的人，青春会褪色，生命会抛弃他们。

177、轻财足以聚人，律己足以服人，量宽足以得人，身先足以率人。178、我们总是在用最大的努力去做一些根本就不适合我们的事，只因身边的人都说那是好的。

179、世上没有一件工作不辛苦，没有一处人事不复杂。你排斥现在的不愉快，光阴也不会过得慢点。所以不要随意发脾气，越努力越幸运，当你有了足够的内涵和物质做后盾，人生就会变得底气十足。

180、一个人的价值，应该看他贡献什么，而不应当看他取得什么。

181、完美人生：童年里有游戏的欢乐，青春中有漂泊的经历，等到老了有难忘的回忆。182、许多时候，是我们不快乐的，其实是一些芝麻小事，我们可以躲闪一头大象，却躲不开一只苍蝇。

183、尊严是和欲望成反比的，当你特别想得到一个东西时，就会变得低三下四，当你对一个东西没有欲念时，尊严就会拔地而起。

184、一个人成不了大事，是因为朋友太少，朋友质量不高。185、多花时间成长自己，少花时间去苛责、嫉妒别人。186、不要活反了，生活本身就是财富。

187、所有的错误，我们都知道，然而终究改不掉。能改的，叫做缺点，不能改的，叫做弱点。

188、手心手背都是肉，意味着该减肥了

189、女友的心里非常微妙，我苦苦纠缠，她一个笑脸都不给我，一旦我不出现在她身边了，她可高兴了。

190、以前手机短信是为了联络感情、谈恋爱、拜年用的，现在手机短信是为了接受广告和验证码。

191、你为什么总爱说顺其自然？因为我总是无能为力啊！

192、努力的最大意义，是让自己随时有能力跳出自己厌恶的圈子。193、成熟，不是你能用很多大道理去开导别人，而是你能说服自己去理解身边的人和事。194、抱怨，是一件最没意义的事情，他说明你陷入了一个不喜欢的环境里，自己没勇气摆脱。

195、幸福分两种，一种是看得见的幸福，一种是看不见的幸福，前者是物质的感观，后者是精神的享受。你选择了何种幸福，就决定了何种人生。但人性总是不满足，总是后悔没选择另一种人生，所以大部分的人永远都无法真正享受所选择的幸福。

196、幸福应该是来得巧，而不是来得多。就像口渴时喝上一杯冰麦茶，而不是吃撑时再上满汉全席。

197、充分顾及并包容每个人的个性，不与之计较，这就是涵养。

198、有时候，失望到一定程度后，反而会开出一朵花来，那朵花的名字叫，无所谓。199、自从我学会了降龙十八掌，才发现这个世界上根本没有龙。现在想想，还是打狗棍法比较实用。

200、如果每个人都理解你，那你得普通成什么样子？

201、真正的智慧是接纳，外部起纷争，内不生对立；不与天斗，不与人争，不和自己闹别扭。

202、人为什么要长大呢？不是为了逃进生活，也不是为了关上心门，而是为了再相遇，为了选择相遇，为了走到自己选择的地方去。

203、成长就是一遍遍怀疑自己以前深信不疑的东西，然后推翻一个又一个阶段的自，长出新的智慧和性情，带着无数的迷茫与不确定，坚定地走向下一个阶段的自己。204、有什么脾气好发，这个世界不会因为你做任何事情而改变。205、你以为你是在生活中奋斗，不，你只是在挣扎而已。206、比起惊喜，我更喜欢惊吓，因为前者不好意思发飙。207、在我小时候，曾以为金钱是世界上最重要的东西。现在我长大了，才知道的确如此。208、生活就是一个不断发现自己以前是傻子的过程。209、肚子上的肉只会厚积，不会薄发。

210、比一比这两条鱼谁长得帅，帅的就是今晚的菜。

211、你真心对人好，会感觉很舒服，如果是讨好，会感到很累。

212、有人说：越炫耀什么，越缺少什么。但有时会是：越缺少什么，越觉得别人炫耀什么。

213、人有退路，就有些许安全感。等到哪一天，你真没了退路，你就会发现眼前那条路都能走，也能通。

214、现在的人，你跟他说真话，他以为你说假话；你跟他说假话，他以为你说笑话；你跟他说笑话，他竟然当真话了。。。

215、人生中最艰难的两个考验：等待时机到来的耐心，和面对一切际遇的勇气。

216、当你毫不保留地信任一个人，最终只会有两种结果：不是生命中的那个人，就是生命中的一堂课。

217、女人的脸和友谊的小船有什么共同点？说翻就翻。

218、人在生气的时候智商为零；人在急躁的时候动作会变形；人在没有给对方信任的时候，说什么都没用。

219、把简单的事情重复做，你会成为专家；把重要的事情用心做，你会成为赢家。220、努力的最大意义，是让自己随时有能力跳出自己厌恶的圈子。221、身懒，毁了你的身材；心懒，毁了你的梦想。222、用诙谐的方式过正经的人生。223、心动不一定是恋爱，心定才是。

224、你现在的生活也许不是你想要的，但绝对是你自找的。225、书籍是为生命买的保险，永生支出的一小笔预付款。

226、从众者，有圣人引领时，他们不一定会是圣人，但当魔鬼带路时，阿门皆是魔鬼。227、为一件事后悔十年，不如用一个月的时间后悔，然后用剩下的九年零十一个月的时间改变。

228、爱一个人挺像写明信片的。你精心选了，用心写了，费心寄了，但是不知道对方能不能收到；也不知道收到后对方能不能用心珍藏。

229、人，生而不易，唯有努力和付出，幸运才会光顾。

230、小孩子在很多时候比大人还爱面子，因为他们的世界小，所以所有的小事都不小。231、基本上，男人都是荷尔蒙的牺牲品，女人都是虚荣心的牺牲品，所谓智慧，就是把这个牺牲品献给科学和艺术。

232、灾难中容易出现的“道德闹剧”有：

1、逼人捐款；2逼人表爱心；

3、逼人做出悲伤的表情；

4、认为自己比他人更有爱心。233、道德只宜律己，不可律人。

234、人生有两条路，一条需要用心走，叫做梦想；一条需要用脚走，叫做实现。235、世界上本来没有卖仙丹的，痴心妄想的人多了，就有人开始卖了。236、女人的快乐其实很简单，需要的是：饱饱，包包，抱抱，宝宝。

237、喜欢是乍见之欢，爱情是久处不厌；喜欢是找到知音，爱情是心有归属。

238、年轻人应有四方之志，用大胸襟处事，用大智慧做人，坦然看得失，淡定看世界。239、岁月无痕，人生苦短，与其广种薄收式地平庸生活，不如集中精力、做好一件事而成就伟大。

240、别把人生当作一场物欲的盛宴，因为当你大肆咀嚼时，空耗的只是时光的流逝，其他的什么也无法留下。

241、有些人不是赢在了起跑线上，是直接生在了终点。242、有的人脸皮明明那么厚，翻起来却还很灵活。

243、当一个男人不爱你的时候，你撒娇就是作，你吃醋就是小心眼，你想念就是打扰，你关心就是闲得慌。

244、正直的生活有代价，不正直的生活代价更沉重。

245、这个世界没有那么多让我们忧虑的。无非是走着走着天就黑了，你就该睡觉了；走着走着天就亮了，你的人生就好起来了。

246、以前犯的傻，是因为有青春壮胆。现在犯的贱，是因为有衰老要挟。247、你从来不是一无所长，在给别人添堵的方面你已经做到登峰造极。248、不在生气时做决定，不在高兴时轻许诺。249、别人复习是查漏补缺，我却是女娲补天！250、如果不努力，别人想拉你一把，都找不到你的手在哪儿。251、没有梦想的人，我们不要打扰他。

252、有时候你以为天塌下来了，其实是自己站歪了。

253、据说最能检验夫妻两人感情的三件事是：旅行、装修以及谁起来做宵夜。254、幸福就是看别人饿着的时候，自己有点撑。255、有些事情无须抬杠，表面服从，偷偷反抗。256、身懒，毁了你的身材，心懒，毁了你的梦想。

257、不管天气怎样，给自己的世界一片晴朗；不管季节变换，让自己的内心鸟语花香。258、刻薄嘴欠和幽默是两回事，口无遮拦和坦率是两回事，没有教养和随性是两回事，轻重不分和耿直是两回事。

259、最好的状态就是，随遇而安，会爱人，但不缠人，有思想，有理想，有理性，很幽默，敢自嘲，会为爱的人甘于放下身段，有学习的热情和动力，每天都在进步，但不再期待别人的夸奖。

旅途宝典：

1、手机丢失：致电运营商，挂失、冻结sim卡，事后补办；致电95188冻结支付宝；登录微信安全中心，冻结微信账号。

2、火车票丢失：停止检票前20分钟挂失补办；提供身份证原件、乘车日期，按原车票车次重新付钱购票；持新票上车，告诉工作人员，他将为你开一份客运记录；到站后24小时内，拿着客运记录、新车票和身份证，到退票窗口办理退票。原车票改签的，按改签后车票办理挂失补办。

3、错过火车怎么办：当日其他列车有余票，可以在开车后改签；已经办理“变更到其他车站”的车票，不可改签；只能在票面发站办理改签，且开车后改签的车票不能退票；改签的车票乘车日期在春运期间的，退票时收20%退票费。

室内防潮妙招：

1、房屋受潮后，墙面和家具发霉可用布条沾上酒精擦拭；严重的可用消毒液。

2、家具内铺报纸，吸潮，油墨味还能驱虫。

3、带香精的香薰蜡烛去潮，清除霉味。

4、晒干的橘子皮干燥防虫；吧花椒或颗粒状胡椒子，干的烟草或干燥过的菊花装进小棉布袋中，放进衣柜或收纳箱，就是天然的驱虫剂和芳香剂。

春天防潮，潮会发霉。别有漏水，花别多浇水，冰箱别有太多水汽。

食物也是清洁剂：

1、玉米淀粉：清洁地毯上的油渍，撒上淀粉15分钟之后用吸尘器清理一下就可以；苏打水清洁不锈钢槽；香蕉皮擦银器；橄榄油擦拭衣服上的植物汁液；大米：清洗窄口瓶；番茄酱：清洗厨房铜具；燕麦糊：清洗脏手。

红糖颜色越深，钙铁含量越高。好的红糖粗细均匀，干燥而松散，不结块不成团，无杂质

隔夜茶另有妙用——家居篇：

1、涂有油漆的门窗、家具，或者是玻璃窗门弱染有尘埃，可用冷茶渣擦洗，特别明亮洁白；

2、新的木制家具用茶水擦洗几遍，异味自会消退，比清洁剂效果好；茶叶沥干撒在暖气管上的毛巾上，屋内散发香味

隔夜茶另有妙用——家居篇：

1、增长睫毛。隔夜茶沾湿睫毛，有助于睫毛 ；

2、消除黑眼圈。隔夜茶的茶包热敷在眼上，可消除黑眼圈喔！

3、防晒。擦皮肤上，差中的类黄酮化合物有抗辐射作用，所以能防晒。

冬天保暖：温水刷牙；冷水洗脸；热水泡脚。

洗羊毛衫的时候水温35度上下，加点醋，不会缩小，不会褪色，不会变硬，不会失去原来的光泽。

过期牛奶用处多：护肤，浇花，擦皮鞋

运动减肥的误区：

1、边看电视边运动；

2、运动前不做热身；

3、运动前不喝水；

4、运动后饿了就吃；

5、每天做一样的运动。

旧手机的用处：车载导航仪、行车记录仪、万能遥控器（带红外线发射功能）

逛早市前吃个苹果。

过期牛奶的作用：擦拭原木地板，清除墨迹，钓草鱼

望湖水之情（观广电喷泉有感）

湖水映楼高又大，彩灯似银河

高楼大厦壮如士，喷泉总有顶高峰。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找